

60歳以上の皆様へ 参加者募集!

# 食べるチカラがアップする 「健康づくりセミナー」

参加条件  
(対象者)

奈良県在住の60歳以上の方  
シルバー人材センターに入会し  
就業を希望される方

この機会に  
是非ご参加  
ください!



定員

各回30名 **申込締切** 各回2月4日(火)

参加費

**無料** 「食べる力向上」読本・咀嚼力判定ガム等 無料  
交通費・飲食代等は自己負担

第1回  
日時/会場

2月13日(木) **奈良ロイヤルホテル** (2階「春日の間」)  
13:20~16:00 奈良市法華寺町254-1/駐車場あり/近鉄新大宮駅より徒歩約10分

第2回  
日時/会場

2月14日(金) **THE KASHIHARA** 旧: 橿原ロイヤルホテル  
13:20~16:00 (2階「天雲の間」)  
橿原市久米町652-2/駐車場あり/近鉄橿原神宮前駅東口より徒歩約1分

時間	内容	時間	内容
13:00~13:20	受付	14:00~15:30	講師/NPO法人メディカルケア協会 小野 有香里 氏 【講義】食べる機能も衰えるってホント? 誤嚥性肺炎予防のお話 日頃から気をつけたいポイント(姿勢、生活、食事の工夫) 安全に美味しく味わえる毎日のために食べる力を鍛えよう
13:20~13:30	オリエンテーション		【体験】あなたの食べる力をチェック!
13:30~14:00	シルバー人材センター からのお知らせ DVD試聴等	15:30~16:00	【実技】唾液腺マッサージ 食べる力を強化する歌とリズムの体操 アンケート

## 応募要領

参加条件  
(対象者)

- 奈良県在住の60歳以上の方 ※60歳以上の方には、令和2年3月31日までに満60歳になる方を含みます。
- シルバー人材センターに入会し就業を希望される方  
※入会のご意思がなく、趣味・教養目的での申込みはできません。  
※入会については、お住まいの市郡町村のシルバー人材センターにお問合せください。

申込方法

裏面の申込書に必要事項をご記入のうえ、FAXまたは郵送でお申込みください。(電話申込み不可)  
定員に満たない場合、申込締切を延長することがあります。

参加者の  
決定・通知

申込書の内容による書類選考で決定します。先着順、抽選ではありません。  
結果については、申込締切後速やかに、申込者全員に文書で通知します。  
選考基準・選考結果についてのお問合せにはお答えできませんので予めご了承ください。

個人情報  
注意事項

本申込書に記載された個人情報については、本事業の目的以外には使用しません。  
応募状況によっては、セミナーを中止することがありますので予めご了承ください。



お問合せ  
お申込み先

公益社団法人奈良県シルバー人材センター協議会

〒635-0015 奈良県大和高田市幸町2-33 奈良県産業会館2階

TEL 0745-24-6880

FAX 0745-24-7880